

# 男の家事をとおして見た実践エコライフ

土井 明弘

Written by  
Akihiro Doi

ある日、「主夫」となる

最近よく聞く「エコライフ」という言葉は、どんなことを表しているのだろうか。

わたしにとって「エコライフ」の「エコ」とは、地球環境にこれ以上のダメージをあたえない「エコロジ」な生活だけでなく、お金のかからない「エコノミー」な生活とをミックスしたものと考えている。

こんなことを考えはじめたのは、「主夫」になって、初めて台所仕事をするようになったからである。

わたしは、一〇年ほど前まで、二二年間ほど会社勤めをしていた。当時は会社一辺倒の間で、「会社に帰る」というような生活を続け、家事・育児などしたこともなかった。

が、さすがに二〇年以上も働けばなしたと、「勤続」疲労が出てきた。数年、会社を辞めるべきか悩んで、結局は退社した。身体も疲れたが、心もそれ以上に疲れたと実感したからだった。それと前後して、私のパートナーは女性が生涯続けられる仕事を模索していたが、機が熟してフェア・トレード（公平貿易）ショップのオーナーにこぎつけた。

さいわい、パートナーのショップは少しずつ忙しくなってきたこともあって、会社を辞めて時間があまっていたわたしが、これまでのパートナーと立場を交代することになり、わたしが「主夫」として家事を受け持つことになった。

そうはいつても、手抜き「主夫」で名前が泣くが、まず食事をつくらないことには役目が果たせない。

そこでまず、近くのスーパーへ食事の材料を買いに行った。食品棚にならぶ加工食品に貼られたラベルにぎっしり書かれたカタカナやアルファベットの「原材料名」をはじめじりくり読んでソツとした。どうして着色料や人工甘味料や防腐剤などの食品添加物がこんなに必要なのか、まるで化学薬品を食べるような気持ちになつた。

では、どうすればよいのか、結論はすぐに出た。できるだけそういう加工食品は買わないければよい。

以来、野菜類は、地元の農家がつくる無農薬・有機肥料で栽培した野菜を取り扱っている団体から宅配便で取り寄せたものを中心に、加工食品などはラベルをよく見てから買うことにした。

主夫の目で見たもの

一つのことになると、疑問がぎゅぎゅ出てくる。スーパーで買物のたびにもらうレジ袋をやめられないか、食事をつくるたびにどうと出してしまう生ごみを減らせないだろうか、食器洗いや洗濯の洗剤はこれでよいのだろうか……。

そう考えていくと、新聞を読んでいてこれらの問題に関係する記事に出会うと切り抜いた

「エコライフ」という生活者価値

り、行政が開く環境講座や講演会を聞きに行ったり、インターネットのサイトを見て、気になった情報をプリントアウトしたりするようにしてきました。

そして、背景にある根本的な問題として、人間が地球環境に負荷をかけ続けてきた結果、人間自身の生存が危ぶまれてきているという地球環境問題があることを知った。

大量生産・大量消費・大量廃棄という経済最



好気性微生物を使って、ベランダで生ごみ(ごみではないが)を分解させる。イヤなおいは発生しない。夏は分解が早い



宅配で送られてくる無農薬・無化学肥料の野菜。段ボールはもちろんリユース(この時はJAのリユース)、それを宅配時に回収してもらい、さらにリユースする。露地栽培だから旬の野菜が入ってこない



優先・モノ中心の生活にどっぷりと浸かっているわたしたちの日常生活。それを豊かさと思い、維持・拡大するために、有限である天然資源をさらに消費しなければならなくなる。その結果、化石燃料の大量消費による二酸化炭素濃度の上昇による地球温暖化が加速される…。

「こうして原因・理由が見えてくると、何かをしなくてはとの思いがつのる。思っただけでなく、解決への行動が継続してできるようになってくる。わけもわからず、人から言われたままやっていたのでは、長続きはしない。」

面倒くさがりやの「主夫」はこうしている

では「こ」でわたしが実践していることがらの一部をあげてみよう。なにも特別なことをしているわけでもなく、完全主義でもない。むしろ面倒くさがりやである。もつときちゃんと実行している人のほうが多いと思う。

「ごみのなかで、生ごみは水分が多くて重量があり、焼却炉にも負担をかけることを知り、自家処理することにした。わが家では、プランタに置いたプランターのなかで好気性微生物を利用して分解させている。この方法は、生ごみと好気性微生物と土を混ぜ合わせるだけで手間がかからない。においも気にならないし、ほとんど分解が進むので、プランターがすぐに溢れかえってしまうということもなく、ものぐさにはうってつけだ。」

お箸は、かばんに入れて持ち歩いている。外で食事をするときは、店の割り箸でなく、できるだけ持参の箸を使うようにしている。最近では、割り箸も間伐材を使っているので問題はないという話も聞くが、国内産に限ればそのよつだが、輸入割り箸は間伐材からつくられているのではないようだ。しかも、輸入割り箸のほうがシェアは大きいらしい。

これに関連するが、割り箸のリサイクルが行われているが、リサイクルの際に発生する環境負荷を考えるとその効果はどうなのだろうか、少々気にかかる。

「エコライフ」を通して広がる暮らし

買った物では、前にももらったレジ袋を折り畳んでかばんの中に入れておき、レジで出す。布製の買った物袋のほうがよいのだが、レジ袋はかさばらず便利なのでそうしている。

水に関係したことであれば台所では洗剤はほとんどといていいほど使わない。使う場合はせっけんを使う。また、できるだけ湯は使わない。風呂の残り湯は洗濯に使い、トイレで流す水の量はタンクを調節して使っている。

わたしの部屋の照明は、もともと一五ワットの蛍光灯四本だったのだが、一本故障し、また一本故障し、現在は一本しか点かない。九八一を何かの拍子にLEDを入れてしまい外したら、一五ワット一本でも、そこにLEDを明るくそのまま使っている。もちろん部屋を離れるときはLEDが完全に消すようにしている。

### 4 R についてなに？

3 R といふ言葉はよく聞く。リサイクル、Recycle / 再利用、リユース Reuse / 再使用、リデュース Reduce / 減らす) の三つの頭文字である。わたしはこれにリフューズ Refuse / 断る) を加えて 4 R としたい。

環境への負荷の度合いからみれば、重視すべき順番はリフューズ、リユース、リデュース、リサイクルとなる。

まずは使わない、それができない場合は、使う量を減らしたりできるだけ長く使う、そして一回使ったら使いまわしする、使いまわしできないモノはリサイクルにまわす、という順番が、環境により負荷をかけない順番であることの理解が大切と思う。

リサイクルは、一度使ったモノを再生して同じ用途や違う用途に再利用することをいう。リサイクルが万能のようにはわかれてはいるが、環境への負荷の程度を考えれば、資源の有効利用の最後の手段と考えたい。主夫のさまざまな体験からの結論である。

### エコロジィー エコノミー

さて、話を最初のエコロジィーとエコノミーに戻すと、これまでのわたしの経験では、ステレオタイプな区分がもしれないが、男性(型)の多くは、論理から環境問題を考えることが多く、実践となることささか弱いように思う。

女性(型)の多くは、エコノミー(節約)の観点から考えることが多く、場合によっては環境問題という意識は、二の次の場合もあるかもしれない。しかし、家計を考え、いかに安く買った物をしようかと考えることは、結果として、環境負荷を少なくする行動となる場合が多い。お金の節約は、環境問題への実践に対する動機づけの最たるもののように思う。

### じぶん一人の実践に 終わらせない

主夫の経験をとおり環境問題を考えると、この深刻な問題の根源を考え理解すること、行動を永続できるだけの動機づけをもつことの二つが、同時に大切だと思うようになった。

いくら環境問題の所在を理解したとしても、実践が伴わなければなんの意味もない。逆に、実践があっても、問題への理解が欠ければ、間違った行動をとってもそれに気がつかず、環境を逆に悪化させてしまう場合もある。

最後に、もう一つ。環境問題の深刻さに気づいた人は、じぶん一人だけが実行しても……とあきらめず、焦らずに継続すること、また、環境問題をじぶんだけのことはせず、まわりの人たちにも実践の重要性を訴え実践を促すことが大切であると思う。

◆土井 明弘(とひ・あきひろ)

一九四七年名古屋生まれ。編集プロダクション勤務のかたわら、さまざまな NPO、ボランティア活動などに関わっている。環境問題への関心は、台所に立って培った。著書は『エコライフ宣言』(一橋出版)。